



## GARGANELLI DI TONINA CON SALSA ZINGARA

I garganelli sono l'equivalente fatto a mano, e di gran lunga superiore, delle penne, che venivano tradizionalmente arrotolati su un telaio per tessitura scanalato. Per la ricca salsa zingara, Tonina consiglia di acquistare olive di ottima qualità con i noccioli e poi rimuoverli personalmente.

### F&T ITALIA **ABBINAMENTO VINO**

Un Pecorino completerà il piatto e rinfrescherà il palato (es. Pecorino biologico Umani Ronchi Centovie 2017, Colli Aprutini IGT, Italia)



### Garganelli di Tonina con salsa zingara

4 PORZIONI

**400 gr di farina "00"**

**4 uova**

**200 gr pancetta**

**1 cipolla, tritata finemente**

**200 gr di olive verdi**

**400 gr di passata di pomodoro**

**1 pizzico peperoncino o pepe di  
Cayenna**

5 minuti. Aggiungete le olive, la passata, il peperoncino e cuocete a fuoco lento per circa 20 minuti. Assaggiate dopo 10 minuti e aggiungete sale se necessario.

Portate ad ebollizione una grande pentola di acqua salata.

Aggiungete i garganelli, lasciateli bollire e cuoci per 3-5 minuti.

Scolate la pasta e conditela con la salsa, quindi servitela.

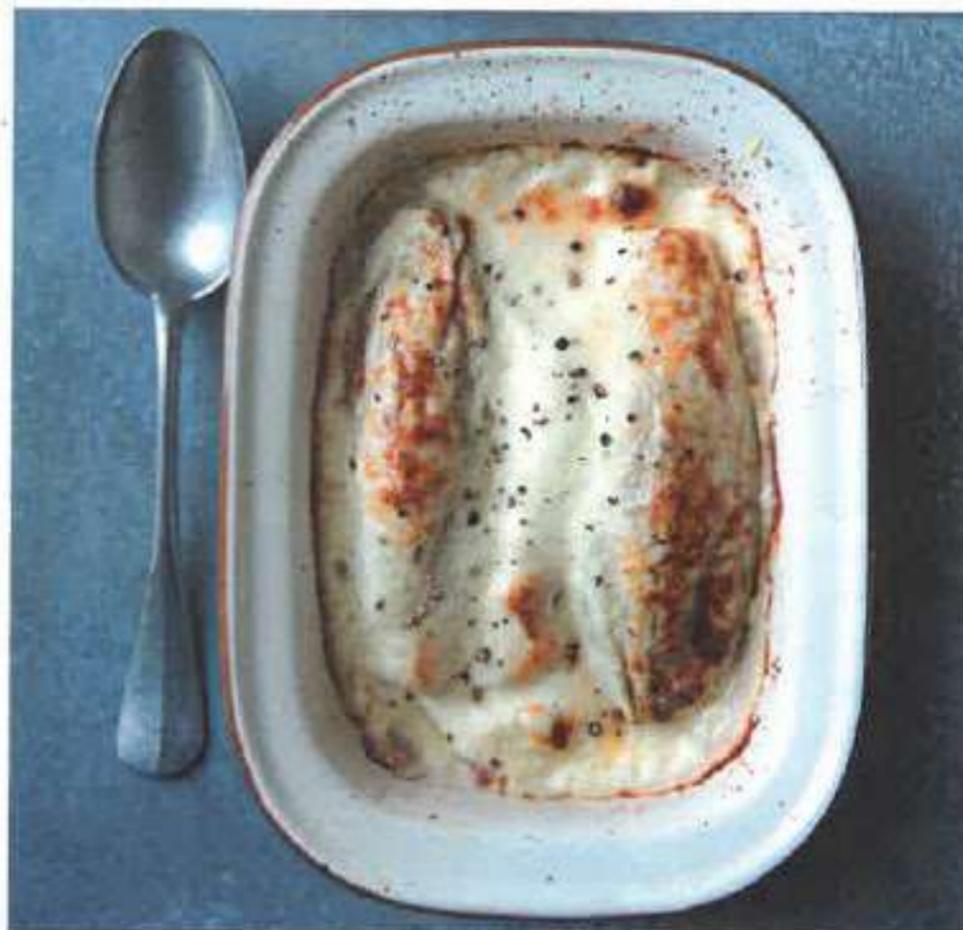
Preparate la pasta come descritto a pagina 126.

Una volta fatto riposare l'impasto in frigorifero, stendete la pasta, fate dei quadrati di circa 5 cm cadauno e avvolgeteli in diagonale su di un bastoncino, bagnando con un po' d'acqua l'ultimo lembo di pasta prima di chiuderlo e pressando in modo da essere sicuri che non si apra durante la cottura. Una volta arrotolato sul bastoncino e chiuso, prendete una grattugia (meglio un tagliere rigagnocchi) e fate rotolare il garganello creando dei micro solchi sulla superficie. Sfilatelo delicatamente dal bastoncino e mettetelo su di un vassoio infarinato.

Ripetete l'operazione con tutti i pezzetti di impasto.

Tritate la pancetta a cubetti - idealmente meno di 1 cm - e poi frigeteli in una padella fino a quando il grasso sarà rilasciato.

Aggiungete la cipolla e continuate a friggere per circa



### **Cicoria, prosciutto arrosto al miele e Parmigiano gratinato**

PORZIONI 2-4

Serviranno 2 teglie o casseruole

**4 cicorie gialle**  
**60 gr di burro non salato, più un extra per la preparazione**  
**1 cucchiaio di olio d'oliva**  
**succo di limone**  
**4 fette di prosciutto arrosto**  
**225 gr di miele**  
**300 ml di panna**  
**30 gr di Parmigiano grattugiato fresco**

Tagliate finemente le estremità della radice della cicoria mantenendo intatte le foglie. Sciogliete il burro in una casseruola abbastanza grande da contenere la cicoria in un unico strato.

Aggiungete la cicoria e friggetela fino a quando non diventa dorata su tutti i lati. Togliete dal fuoco, aggiungete l'olio d'oliva, il succo di limone e 100 ml di acqua e

cospargete con un po' di sale. Coprite con un coperchio e a fuoco medio-basso e lasciate cuocere la cicoria per 8-10 minuti.

Nel frattempo, preriscaldate il forno a 180°C. Cospargete con il burro extra una teglia rettangolare da forno. In un piatto separato spalmate con una spatolina il miele su tutti i lati del prosciutto. Adagiate metà del prosciutto sul fondo della teglia. Scolate delicatamente la cicoria usando un colino e adagiatela sul prosciutto nella teglia. Stendete il resto del prosciutto sopra la cicoria in modo tale che avvolga anche i lati.

Mettete la panna in una padella e fatela sobbollire, quindi scaldatela delicatamente per 4 minuti a fuoco molto basso. Aggiungete 25 gr di Parmigiano e mescolate per circa 1 minuto.

Aggiungete la panna nella teglia e cospargete con il resto del Parmigiano grattugiato e, se desiderate, un po' di pepe nero. Cuocete in forno per 10 -15 minuti fino a doratura.

## Pasta all'uovo

Per prima cosa, valutate i vostri ingredienti. Calcolate 100 gr di farina "00" (o semplice) a persona per una porzione di portata principale. Avrete bisogno di 1 uovo da 55 gr senza il suo guscio per ogni 100 gr di farina.

Ad esempio, se state preparando pasta per 4 persone, avrete bisogno di 400 gr di farina e 220 gr di uova (4 uova di gallina). Se le vostre uova sono piccole, aggiungete un pò d'acqua o un altro tuorlo per portare la quantità al giusto peso.

Se invece il peso è leggermente superiore togliete l'albume in eccesso.

Quindi, mescolate tutto insieme.

Disponete la farina sulla tavola.

Usate le dita per fare un pozzo al centro del mucchio di farina, assicurandovi che non sia troppo largo o che il bordo sia troppo basso, altrimenti la miscela di uova traboccherà.

Versate le uova nel pozzo. Prendete una forchetta (o usate le dita) e mescolate le uova insieme. Lavorate l'impasto finchè non risulterà senza grumi.

L'impasto dovrebbe essere morbido ma non appiccicoso. Impastate la pasta per almeno 10 minuti.

Una volta che l'impasto è diventato compatto, ruotatelo di 90 gradi, piegatelo a metà e continuate ad impastare.

Se la pasta sembra troppo secca, inumidite le mani con acqua per ridare umidità all'impasto.

A questo punto l'impasto dovrebbe essere setoso e liscio.

Provate a premere il pollice sull'impasto, dovrebbe rimbalzare leggermente.

Alcuni cuochi ritengono che la loro pasta sia pronta quando possono vedere dei piccoli buchi nell'impasto se incisa.

Per impastare potete utilizzare anche un robot da cucina.

A questo punto, posizionate



l'impasto in una ciotola e copritelo con un coperchio per evitare che si secchi.

In alternativa potete utilizzare anche la pellicola trasparente. Lasciate l'impasto a temperatura ambiente per 30 minuti.

Potete anche far riposare l'impasto durante la notte in frigorifero.

Il colore si scurirà ma avrà lo stesso sapore.

Assicuratevi di riportare la pasta a temperatura ambiente prima di provare ad arrotolarla.

Quando dovrete stendere la pasta, vi consigliamo di guardare il video "Come stendere la pasta" su YouTube.

Prima di iniziare ad arrotolare, ricordate di mantenere la pasta

infiarinata.

Mettete le mani sul mattarello in modo che i polsi tocchino quasi il tagliere.

Appiattite l'impasto con un mattarello premendo sempre nella stessa direzione. Ripetete l'operazione fino a quando la sfoglia sarà sottile, spesso non più di mezzo millimetro.

Il metodo più semplice, invece, consiste nell'utilizzare l'apposita macchinetta per tirare la sfoglia di cui esistono due varianti: quella a manovella e quella elettrica per rendere appunto il lavoro più semplice e veloce.

Nonostante possa sembrare semplice, tirare la sfoglia è una vera e propria arte che viene

tramandata e conservata con cura.

C'è da tenere presente che ogni formato di pasta realizzato con la sfoglia, necessita di uno spessore differente.

Lo spessore che sceglierete dipende dalla preparazione che avete scelto: più sottile per le paste ripiene, tipo ravioli e tortellini; più spesso per tagliatelle, tagliolini o fettuccine.